きゅうしょくだより

令和８年　１０月号
南水元いろは保育園
栄養士　今野

　金木犀のあまい香りが漂い、日が暮れる時間が早くなってきました。
子どもたちは過ごしやすい秋の気候を感じながら外遊びを楽しみ、運動会の練習に張り切って取り組んでいます。
たくさん身体を動かした後は、旬の食材を使った栄養たっぷりな給食を食べて秋を感じてほしいと思います。



お弁当づくりのポイント

　23日(金)はつむぎ組・だいち組、30日(金)はひなた組が遠足を予定しています。
　給食を毎日楽しみにしてくれている子どもたちですが、それ以上に保護者のみなさまが愛情をたっぷりと注いで作ってくれるお弁当を楽しみにしている子がとても多いです。
　年に1度の特別なお弁当の時間が安心安全で楽しい時間になるように意識していただきたいポイントをお伝えします。スプーン、フォークなどの食具も忘れずにお持ちください。

★誤嚥・窒息を防ぐ

・うずらの卵、ミニトマト、ぶどうなどの球体にちかい形状の食品は、くし形などに切りましょう。
※実際に誤嚥窒息で死亡事故が起きている食材です

★食中毒を防ぐ

・手や調理器具、お弁当箱はよく洗い、十分乾かしましょう
・おにぎりはラップや食品用手袋を使って握りましょう
・前日に作ったものは必ずもう一度火を通しましょう
・ウインナーやちくわなどは加熱してから入れましょう
・ごはんやおかずはよく冷ましてからふたを閉めましょう
・汁気のあるものは水気をよく切ってからお弁当箱に入れましょう
・保冷材や保冷バッグを利用しましょう

行事食予定

９日(金)　運動会応援献立
１４日(水)　お誕生日献立
２９日(木)　ハロウィン献立

食育予定



１３日(火)　しずく組　かぼちゃニョッキづくり
２２日(木)　だいち組　肉まんづくり
２７日(火)　わかば組　きのこちぎり